

# Langer leven, nieuwe uitdagingen

Heel binnenkort? Of moet u nog even wachten? Hoe dan ook, de dromen over uw pensioen zijn er ongetwijfeld al wél: reizen, vrienden, hobby's, kleinkinderen ... Wie met pensioen gaat, blijft niet langer in zijn luie stoel zitten, maar begint aan zijn tweede leven. Maar hebt u al eens over nagedacht over de impact van langer leven op uw pensioen, uw werk, uw gezin of uw levensstijl? Experts geven hun visie. Begin vandaag alvast met plannen maken.

**Koen Depaemelaere,**  
Head of Life, Savings &  
Protection bij AXA

**2**

## Uw pensioen kan beter

Analyse van het pensioenstelsel

**4**

## De wereld in 2050

Alles wordt geconnecteerd

**8**

## Onafhankelijkheid beschermen

Hoe bereidt u zich voor?

**10**

## Stijgende levensverwachting

Experts over de impact van langer leven

**15**

## Gezonde hersenen

Onderzoek: een absolute must



Tijd Connect biedt bedrijven, organisaties en overheden toegang tot het netwerk van De Tijd. Om hun visie, ideeën en oplossingen te delen met de De Tijd-community. AXA is zelf verantwoordelijk voor de inhoud.



## Een nieuwe start

Als woordvoerder bij AXA Belgium voor de Life Business ontmoet ik regelmatig specialisten die sociale en maatschappelijke veranderingen onderzoeken. Bij elk gesprek raak ik steeds meer geboeid door hun nieuwe kijk op de rijkdom van het langer leven. Toen kwam het idee om al deze visies in een dossier te bundelen. Want langer leven is eerst en vooral leuk. Met pensioen gaan betekent vandaag de start van een tweede jeugd. Ouder worden is fun, het brengt nieuwe mogelijkheden mee. En tegelijkertijd is het een van de grootste wereldwijde uitdagingen van de 21ste eeuw.

Levens zijn minder lineair. Trouwen en kinderen krijgen voor je 30ste, één werkgever, met pensioen gaan om te rusten en dan sterfen? Neen, vandaag beleven we verschillende levens, die allemaal door elkaar lopen. Met pensioen gaan is geen synoniem meer voor rust en nietsdoen, uitgeteld na jaren hard labeur. Pensioen is vandaag de start van een nieuwe levenswijze.

Langer leven is een thema dat AXA als verzekeraar nauwgezet opvolgt. Wat zijn de opportuniteiten? Wat zijn de uitdagingen? Onze specialisten buigen zich over deze vraagstukken om onze klanten de nodige geruststelling en bescherming te kunnen bieden.

Wat is dan ook het doel van deze bijlage? Veranderingen aankaarten die wij bij AXA hebben opgemerkt, en die ook andere organisaties in hun eigen werkdomein waarnemen. Want dat langer leven biedt heel wat opportuniteiten. We hopen dat dit dossier u kan inspireren. En u zin geeft in de toekomst.



**Valentine Vaquette**  
Woordvoerder AXA Belgium, generation Y, geboren optimist.  
@ValentineVaq,  
valentine.vaquette@axa.be

### Colofon

Een initiatief van AXA in samenwerking met Tijd Connect

Coördinatie: Tim De Geyter  
Realisatie: Mediafin  
Lay-out: Laure Jans-Cooremans

V.U. Valentine Vaquette



Prof. Pierre Devolder (UCL)

© Didier Mossiat

*Pensioenhervormingen zijn hoogdringend, vindt pensioendeskundige Pierre Devolder. Die beveiligen het wettelijk pensioen. Maar we moeten de andere pensioenpijlers ook uitbouwen, samen én individueel.*

‘Het pensioenstelsel op zijn beloop laten is niet houdbaar. De pensioenlast in ons land, die nu 10 procent van het bruto binnenlands product opeist, wordt 15 procent van het BBP tegen 2040, goed voor 17 miljard euro extra kosten, en dat is bovenop de andere budgetinspanningen van de overheid. Ons pensioenstelsel dateert van na de Tweede Wereldoorlog en is deels ook structureel verouderd’, schetst professor Pierre Devolder (UCL). ‘De vergrijzing slaat zowat in heel Europa toe. Maar in België gaan vooral ook te veel mensen

toe op de eerste en tweede pensioenpijler, het wettelijk pensioen en het aanvullend pensioen bij werkgevers. ‘Het wettelijk pensioen wordt het best berekend volgens een puntensysteem met een duidelijker verband tussen arbeidsinspanningen en pensioen. Eén jaar werken met een gemiddeld loon is één punt waard. 45 jaar werk levert zo 45 punten op. Een hoger loon levert meer punten op, een langere loopbaan ook. Bij de omzetting van het puntentotaal in een bedrag wordt ook rekening gehouden met de leeftijd bij uitrede.’

### Méér opbouwen, en langer

‘We moeten niet bang zijn dat het wettelijk pensioenstelsel zal instorten, als we nu ingrijpen. Maar dit zal niet volstaan. Ook de tweede pensioenpijler met groepsverzekeringen of pensioenfondsen via werkgevers moet veralgemeend en versterkt worden. Vandaag beschikt 70 procent van de loontrekkenden over zo’n aanvullend pensioen. Maar eigenlijk moet iedereen die krijgen. Voor velen worden kleine bijdragen ingelegd, en die moeten worden opgetrokken. Dat is werk voor de sociale partners.’

De pensioencommissie boog zich niet over de pensioenopbouw van de individuele burger. ‘Maar wij moedigen iedereen aan om op lange termijn genoeg te sparen en te beleggen, liefst van jongs af aan. De kortetermijnreflex is nog te groot, maar zeker dertigers en veertigers beleggen het best met een horizon van minstens twintig jaar. Er bestaan al bank- en verzekeringsproducten die beter inspelen op de behoefte aan pensioenopbouw op zeer lange termijn, maar het kan nog beter.’

“Ook de tweede pensioenpijler via werkgevers moet veralgemeend en versterkt worden.

te vroeg met pensioen. We moeten mensen langer laten werken. Dat belet niet dat we ook het pensioenstelsel moeten hervormen.’

### Pensioenpunten scoren

Pierre Devolder was lid van de recente Pensioencommissie. ‘Die heeft de Belgische pensioensituatie in kaart gebracht en concrete hervormingsvoorstellen geformuleerd.’ De commissie legde zich

## Een toekomst zonder financiële kopzorgen met Pension Plan

*Pensioen wordt almaar meer synoniem voor een nieuw leven vol plannen en uitdagingen, zowel persoonlijk als professioneel. Maar hoe zit het met uw financiën? Met Many Lives biedt AXA een eigentijds antwoord.*

Tegen 2060 zal het aantal 65-plussers verdubbeld zijn, het aantal 85-plussers verviervoudigd en het aantal 100-jarigen vertienvoudigd. 22 procent van de gepensioneerde zelfstandigen en 9 procent van de gepensioneerden die een gecombineerde carrière hadden, zetten hun activiteiten voort na hun pensioen. In het grootste deel van de geïndustrialiseerde landen vormt het aantal 'hertrouwers' 15 à 20 procent van alle jaarlijkse huwelijken. Cijfers die het bewijzen: we leven vandaag niet alleen langer, we leven ook verschil-

lende levens tegelijkertijd. En uw wettelijk pensioen zal niet volstaan voor al uw pensioenprojecten.

Met Many lives biedt AXA een antwoord op die nieuwe situatie. 'Many Lives groepeert alle pensioen- en beschermingsoplossingen die onze klanten vandaag en in de toekomst ter beschikking hebben', legt Elie Hennau uit, Chief Marketing Officer AXA. De eerste oplossingen werden op 1 juli 2014 gelanceerd. 'Ze helpen onze klanten bij de opbouw tijdens hun actieve leven van een spaartegoed, waarmee ze hun pensioen zo comfortabel en zo bevredigend mogelijk kunnen beleven.'

Die opbouw kan via **Pension Plan**. 'Denk dan aan de opbouw van een aanvullend pensioen, doelgericht en op maat, dankzij vier flexibele pensioen-

planverzekeringen, met of zonder fiscaal voordeel', weet Elie Hennau. Bovendien kunt u bij werkonbekwaamheid of werkloosheid de opbouw van uw pensioenkapitaal voortzetten. En u krijgt de mogelijkheid tot financiële bescherming van uw gezin als u zou overlijden.

Of u kiest voor pensioenspaarfondsen. U stelt een aanvullend pensioenkapitaal samen en geniet maximaal van de fiscale voordelen. 'Klanten kiezen heel eenvoudig de oplossing die het best bij hen past uit drie pensioenspaarfondsen, die overeenkomen met verschillende beleggersprofielen', legt Hennau uit. En daar stopt het niet. In 2015 brengt AXA nog twee extra producten op de markt in het 'many lives' gamma (zie pagina 8-9).

**Simuleer uw pensioen op [www.axa.be](http://www.axa.be)**

# Anders kijken naar het pensioenvraagstuk

*Voor een sereen pensioendebat bepleit professor Yves Stevens een gevarieerde kijk met meerdere invalshoeken op vergrijzing.*

**V**olgens professor Stevens, lid van de Pensioencommissie 2020-2040, wordt het pensioenvraagstuk vaak eenzijdig vanuit een welbepaalde hoek belicht. 'Iedereen zal langer leven en langer moeten werken, zo wordt nu gezegd. Maar je moet dat niet louter individueel bekijken. Gemiddelden zeggen weinig voor individuen. Een gemiddeld individu is een halve vrouw en een halve man. Hiermee wordt de scene gezet: het vergrijzingsvraagstuk is bijzonder complex. We kunnen moeilijk inschatten hoe economie en samenleving evolueren. We kennen noch de snelheid noch de impact.' Professor Stevens houdt niet van de notie 'onbetaalbaarheid van pensioenen'. 'Het drukt een beeld uit waarbij het onduidelijk is wie welke verantwoordelijkheid draagt voor het betalen van een welbepaald deel van de sociale bescherming. Bovendien laat het andere delen van het sociaal of maatschappelijk bestel buiten beschouwing. Het debat mag niet alleen gaan over de rol van overheidsbudgetten maar ook over de rol van generaties. Die rol kan zowel intergeneratieel als intrageneratieel zijn.'

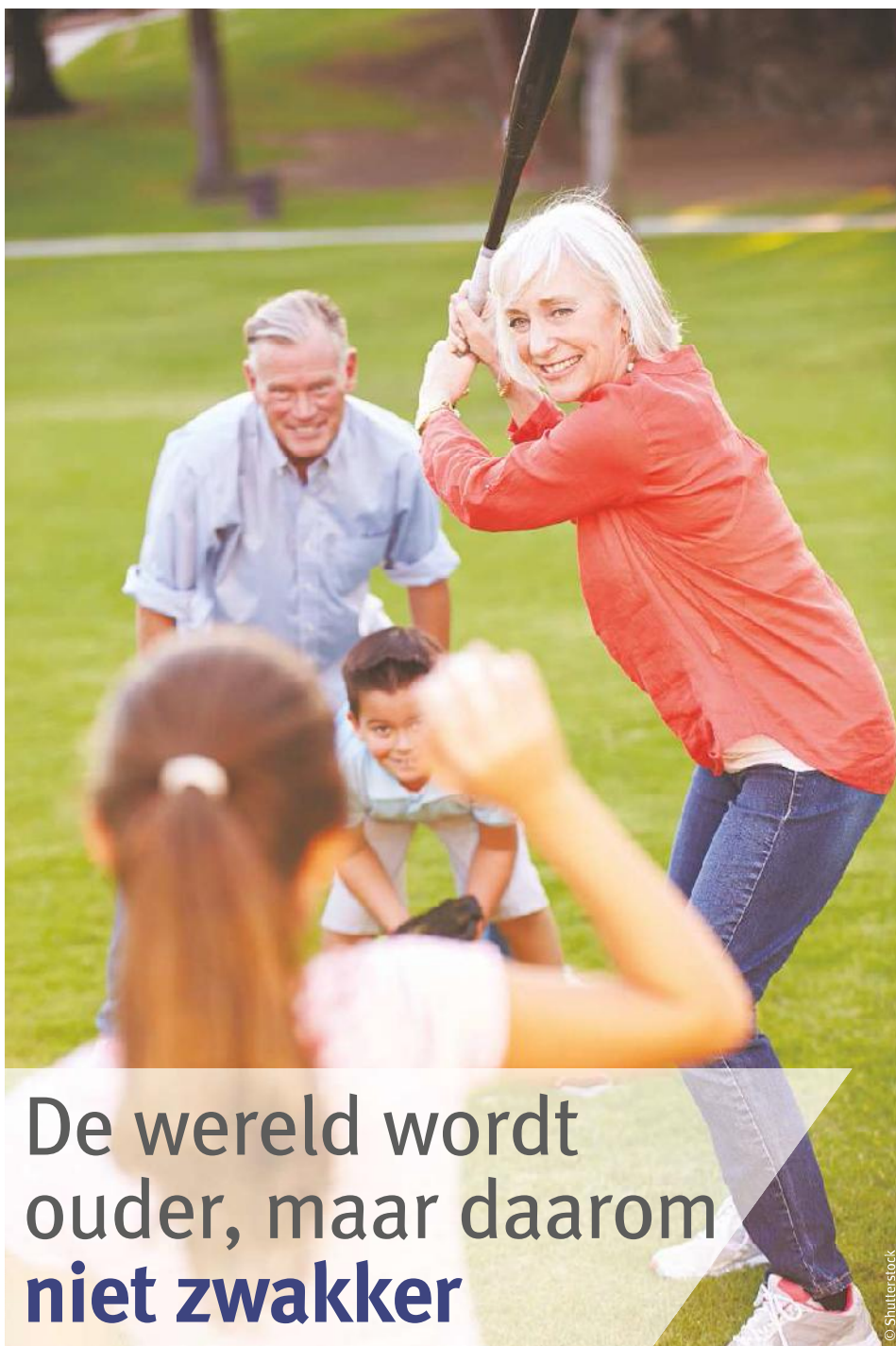


Prof. Yves Stevens (KU Leuven)

©RV

“Wat een mens aan pensioenopbouw nodig heeft, blijft een combinatie van collectieve voorzieningen en individuele keuzes.

'Mensen veranderen nu veel makkelijker van samenlevingsvorm, politieke voorkeur enzovoort. Wat een mens aan pensioenopbouw nodig heeft, blijft een combinatie van collectieve voorzieningen en individuele keuzes, waarvoor je geen algemeen antwoord kunt geven. Ik ben al 17 jaar met pensioenrecht bezig, en nog nooit kwam ik tweemaal een identiek dossier tegen. De pensioenoplossing is altijd heel individueel.'



## De wereld wordt ouder, maar daarom niet zwakker

*Onze kinderen zullen een andere wereld bewonen dan wij en de kiemen van die nieuwe wereld zijn nu al zichtbaar. Wie zich niet door de toekomst wil laten inhalen, houdt beter rekening met heel uiteenlopende veranderingen.*

**A**lles wordt geconnecteerd, alles is netwerk, alles staat met alles in verband en elke beweging of verandering heeft een impact op al het andere. Dat wordt het meest bepalende kenmerk van onze toekomstige samenleving. Ook al merken we het dan misschien niet meer bewust. Technologische ontwikkelingen vormen de drive van deze evolutie. Al zullen die technologische

ontwikkelingen zelf zich laten sturen door wat we voor onze wereld wenselijk achten. Zo zullen onze auto's, hoe ze er ook uitzien over tien of twintig jaar, milieuvriendelijk zijn en zal de veiligheid van het verkeer minder en minder van onze menselijke stuurkunsten afhankelijk zijn. We zullen de aarde met nog veel meer mensen delen dan vandaag. Dat zal zich vooral uiten in de groei van de steden: tegen 2050 wonen ruim 6 miljard mensen in de stad.

“ Alles wordt geconnecteerd, alles is netwerk, alles staat met alles in verband.

### Meer oudere mensen...

Cruciaal in elk toekomstperspectief is dat we langer zullen leven. Volgens gegevens van de Verenigde Naties zullen mensen in Duitsland, België, Spanje en Frankrijk tegen 2050 gemiddeld vijf tot zes jaar ouder worden dan vandaag: voor mannen zal de levensverwachting toenemen van 78 tot 83 jaar, voor vrouwen van 82 tot 88 jaar. In minder ontwikkelde delen van de wereld ligt de levensverwachting uiteraard nog niet zo hoog, maar ook daar is de tendens stijgend. Wereldwijd zullen we in 2050 - over een periode van nauwelijks 150 jaar - het leven met liefst 30 jaar hebben verlengd.

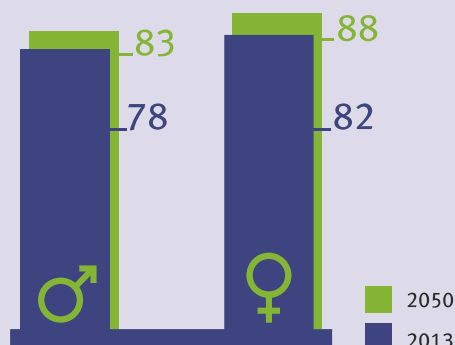
Dat betekent ook dat de wereldbevolking meer en meer ouderen zal tellen. De 60-plussers zullen tegen 2050 zo'n 21,1 procent van de wereldbevolking vertegenwoordigen, tegen 11,7 procent vandaag. Hun aantal zal meer dan verdubbelen, van 841 miljoen nu naar 2 miljard. Het aantal 80-plussers zal verviervoudigen, tot 310 miljoen. Er zullen tien keer meer eeuwelingen zijn dan nu.

### ... maar ook gezondere mensen

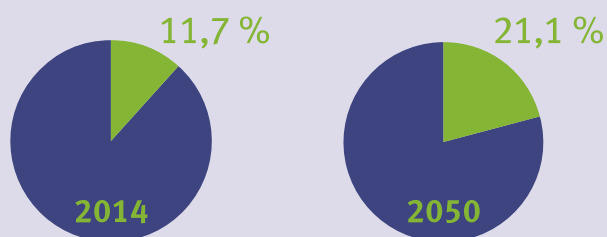
Die veroudering zou ons zorgen kunnen baren, zeker als we ons die ouderen voorstellen zoals ze vandaag nog vaak zijn. Maar in werkelijkheid zullen het heel andere 60-plussers en zelfs 80-plussers zijn. Want ook onze gezondheid zal er met grote stappen op vooruitgaan. Dat komt onder meer omdat we meer en meer aan sport zullen doen en daardoor langer mobiel blijven. En omdat we meer fruit en groenten eten, zullen we minder last hebben van overgewicht. We worden natuurlijk nog altijd 'oud' — maar we zullen veel minder kampen met ouderdomsziektes als Alzheimer en Parkinson, omdat de neurologie die ziektes in de toekomst sterk teruggedrongen zal hebben. En als we uiteindelijk toch in de zorgbehoevende fase belanden, zullen huisrobots en andere technologische innovaties ons helpen met wassen en eten, zodat we langer zelfstandig kunnen wonen.

# De wereld in 2050

Stijgende levensverwachting voor mannen en vrouwen (jaar)



Aandeel 60-plussers zal sterk stijgen (percentage wereldbevolking)



We zullen meer **fruit en groenten eten** om overgewicht tegen te gaan



Tegen 2050 wonen ruim **6 miljard** mensen in de stad

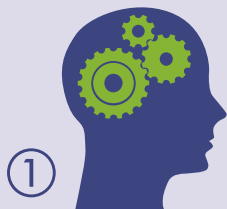


De **neurologie** zal erin geslaagd zijn de ziekten Parkinson en Alzheimer terug te dringen.

## De nieuwe levensavond telt drie tijden

Toen het pensioenconcept werd uitgevonden, kort na de oorlog, viel het leven van een werkende mens uiteen in twee eenvoudige delen. Er was de tijd van het werk, tot 65 of daar toch heel dichtbij. En er was de tijd van het pensioen. Die duurde voor de meeste mensen niet veel langer dan

drie of vier jaar en over het algemeen waren gepensioneerden moe gewerkt en vaak al ziek. Dat ligt vandaag heel anders. Vanuit het pensioenperspectief bekeken, kunnen we in ons leven nu drie heel verschillende fasen ontdekken.



### 1 Vóór de pensionering

De tijd voor onze 65ste verjaardag, hoewel die leeftijd minder en minder een strikte grens zal worden. In deze periode bereiden we onze pensionering voor, door bij te dragen aan het pensioenstelsel en door te sparen, op welke manier dan ook.



### 2 De actieve pensioentijd

De jaren tussen 65 en 80, als we gezond zijn en volop van het leven kunnen genieten. We hebben allerlei activiteiten en gaan al eens op reis. Gelukkig hebben we daarvoor genoeg geld opzijgezet. Misschien geven we stilaan ook wel wat meer uit aan diverse soorten zorg.



### 3 De oude dag: 80-plus

Net omdat we allemaal langer gezond blijven, bereiken we ook met z'n allen het moment dat we afhankelijk worden. Die afhankelijkheid kan heel sterk zijn of eerder beperkt blijven, maar dat weten we niet vooraf. Het is dus goed dat we die situatie vooraf incalculeren.

INTERVIEW

## Een andere wereld vraagt een nieuwe kijk

Jacques Boulet, expert levensduur bij AXA

*De toekomst komt op ons af met meer en snellere veranderingen dan ooit tevoren. Die kunnen we het hoofd bieden, als we ze — en elkaar — op een totaal nieuwe manier benaderen. Jacques Boulet is expert 'levensduur' bij AXA, maar zijn belangstelling reikt veel verder dan de vergrijzing.*

**Als u het hebt over onze verlengde levensduur, bedoelt u veel meer dan die paar jaartjes extra.**

**Jacques Boulet:** We leven in een tijd dat alles aan alles raakt. In tal van domeinen kampen we met moeilijkheden: het klimaat, de economie, de politiek, de pensioenproblematiek. Dat wil niet zeggen dat er geen oplossingen zijn, maar om die te vinden, moeten we wel heel anders leren denken. Einstein zei al dat je problemen niet oplost met de principes die deze problemen veroorzaakt hebben. We moeten echt iets nieuws verzinnen en de vergrijzingsproblematiek is maar het topje van de ijsberg.

**De vergrijzing is wel een goed voorbeeld van het soort uitdagingen dat ons wacht.**

**Jacques Boulet:** Dat we gemiddeld langer leven, is gedeeltelijk het effect van de sterke daling van de kindersterfte. Maar daarnaast zijn er enorme verbeteringen in de chirurgie, de reanimatie, de hygiëne en de organisatie van de arbeid. En die maken dat we ook echt ouder worden dan vroeger, én gezond blijven. Na onze beroepsperiode mogen we nog een flink pak mooie jaren verwachten, waarin we nog veel leuke dingen kunnen doen. Maar tegelijkertijd weten we dat aan het einde met zekerheid iets wacht wat vroeger slechts een risico was: we worden afhankelijk. Die evoluties zetten onvermijdelijk ook onze hele samenleving op losse schroeven: er zullen veel meer oudere mensen zijn. De verhouding tussen actieven en niet-actieven wordt heel anders. In België houden we het werk voor bekeken als we gemiddeld 59 jaar en 8 maanden oud zijn. En als we leven tot we 90 jaar zijn, moeten de actieven wel erg lang betalen voor mensen die niet langer aan de slag zijn.

**En die zich prima amuseren.**

**Jacques Boulet:** Die sporten, op reis gaan, de meest uiteenlopende activiteiten hebben. Het stereotiepe beeld van de oudjes die alleen nog uit hun luie stoel

komen om in de moestuin de worteltjes te begieten, is al lang achterhaald. Al duikt hier ook meteen het probleem op van de financiële middelen die voor al die activiteiten nodig zijn. De gepensioneerden van vandaag zijn financieel tamelijk goed af; gemiddeld schuiven ze zelfs 7 procent van hun inkomen door naar hun kinderen. Maar die welstand gaat terug op omstandigheden die vandaag niet langer gelden: tijdens hun leven konden ze vrij gemakkelijk werk vinden, voor hun huis konden ze goedkoop lenen en voor hun spaargeld kregen ze een stevige vergoeding. Voor de gepensioneerden van morgen ziet het financiële plaatje er wat minder rooskleurig uit.

**Ze moeten alvast langer op dat pensioen wachten...**

**Jacques Boulet:** In 1960 werkten mensen van hun 20ste tot hun 64ste. Rekening houdend met hoe oud ze toen werden, droegen ze gemiddeld bij aan het pensioensysteem gedurende 58 procent van hun leven. Vandaag is dat nog 47 procent, omdat mensen langer studeren en vroeger stoppen met werken. Een kind begrijpt dat je dan niet dezelfde pensioen kunt uitkeren. De langere levensverwachting heeft als onvermijdelijk gevolg dat we ook de arbeidsloopbaan moeten verlengen.

**De pensioencommissie, waarvan u lid was, pleit voor het concept 'deeltijds pensioen'.**

**Jacques Boulet:** En met enthousiasme. Je gaat op zeker ogenblik één dag per week met pensioen; je pensioen voor die dag blijft de rest van je leven wat het is. Voor de vier dagen waarop je wel nog werkt, blijf je intussen je pensioenrechten verbeteren. Je 'glijdt' als het ware geleidelijk je pensioen in: je behoudt je sociale contacten in het actieve leven, je verdient nog een inkomen en je blijft de pensioenkas mee financieren. Om het pensioenprobleem op te lossen, moeten we niet alleen naar de pensioenen zelf kijken. Het gaat ook om anders werken. In een bedrijf, waar veel meer generaties naast elkaar aan de slag zullen zijn, kunnen we de rol van jong en oud

“ Deze eeuw markeert de overgang van het of/of-denken naar het en/en-denken.



© Dries Luyten

ook anders bekijken. Hoe maken we het werk minder stresserend? Hoe zullen we de ervaring van de ouderen echt valoriseren om de onderneming dynamischer te maken?

**Ondanks de mathematische logica, is de weerstand tegen een hogere pensioenleeftijd sterk.**

*Jacques Boulet:* Dat is waar. Nochtans, als je mensen vraagt tot wanneer ze nog een activiteit willen hebben, antwoorden ze gemakkelijk 66 of 67. Het probleem is niet dat mensen niets meer willen doen. Ze willen het alleen niet blijven doen op dezelfde manier als op hun 50ste. Daarom zeg ik: staar je niet blind op de pensioenproblematiek, kijk vooral naar de vraag hoe we anders kunnen werken en hoe we in de onderneming en in de samenleving de rijkdom kunnen plukken van de grotere diversiteit. Pas als we die grote vragen niet alleen met ons gezond verstand maar ook met ons hart benaderen, zullen mensen zich gehoord en begrepen voelen en zullen ze in een nieuw verhaal willen meestappen. Dan kunnen we de enorme mogelijkheden van het langer leven ook echt benutten.

**Voor de jeugd lijkt dat dringend.**

*Jacques Boulet:* Veel jongeren twijfelen er sterk aan dat de staat nog geld zal hebben voor hun pensioen, wanneer het hun beurt zal zijn. Dat

is heel erg. Want waarom zouden zij bijdragen aan een pensioensysteem, als ze niet geloven dat ze er ook zelf vruchten van kunnen plukken? Dat geldt bij uitbreiding voor de hele sociale zekerheid en op zeker ogenblik komt de democratie zelf in het vizier: over enkele jaren zullen de gepensioneerden 40 procent van de kiezers zijn. Geen enkele democratie kan het zich veroorloven dat zo'n groot deel van de kiezers zich in de steek gelaten zou voelen.

**Toch gelooft u in een nieuwe dialoog.**

*Jacques Boulet:* De snelheid en de omvang van wat er allemaal verandert, dwingen ons om op een nieuwe manier te denken. Het is alsof we zo diep in het zwembad gedoken zijn, dat we nu de bodem kunnen gebruiken om ons af te zetten, in een nieuwe richting die we zelf kiezen. Deze eeuw zal volgens mij de overgang markeren van het of/of-denken naar het en/en-denken. Niet actief óf inactief. Niet jong óf oud. Niet jij óf ik. Zodra we inzien hoeveel rijkdom we winnen als we die 'of' vervangen door 'en', zullen we nieuwe mogelijkheden ontdekken en samen weer iets kunnen opbouwen. We kunnen onze tegenstellingen overstijgen. Sterker nog: we kunnen leren ze in ons voordeel te gebruiken. Zoals in aikido, waar de tengere probeert om net de kracht van zijn tegenstander naar zijn hand te zetten.

nu al van uw  
pensioen genieten



**da's simpel**

[axabank.be/pensioensparen](http://axabank.be/pensioensparen)

de bank / **anders bekeken**



AXA Bank Europe nv, Vorstlaan 25, 1170 Brussel, België • TEL 02 678 61 11 • FAX 02 678 82 11  
e-mail [contact@axa.be](mailto:contact@axa.be) • [www.axabank.be](http://www.axabank.be) • IBAN BE67 7000 9909 9587 • BIC AXABE22  
KBO Nr.: BTW BE 0404 476 835 RPR Brussel • FSMA 036705 A • V.U.: Xavier Gys

# Actief genieten en **onafhankelijkheid** beschermen

*Verzekeraar AXA onderscheidt twee fasen in de pensioenleeftijd. Van 65 tot 80 jaar, 'de happy life', genieten de gepensioneerden op een actieve manier van hun oude dag. Vanaf hun 80ste, 'de long life', verschuift de aandacht naar de bescherming van hun onafhankelijkheid. AXA speelt met twee nieuwe producten — die in 2015 op de markt gebracht worden — in op deze tendensen.*

**Dertigers, veertigers en vijftigers beseffen dat ze aan pensioenopbouw moeten beginnen, aangezien mensen nu eenmaal langer leven en de medische kosten ook zullen stijgen. De bewustwording is er. Wordt er nog altijd op dezelfde manier aan pensioenopbouw gedaan als pakweg tien jaar geleden?**

*Koen Depaemelaere: 'De voorbije jaren zagen we een paar belangrijke verschuivingen. Terwijl vroeger grotere bedragen gespaard werden, zien we nu meer een tendens van recurrent of maandelijks sparen. In het verleden werd vooral een toevlucht genomen tot tak21, terwijl nu hybride oplossingen opduiken: tak 21/tak 23, een combinatie van beide producten.'*

*'De gemiddelde leeftijd waarop mensen sterven, ligt nu op ongeveer 81 jaar. Elk jaar komt er een kwartaal bij. Bijna 30 procent van de 65-jarigen van vandaag zal de leeftijd van 90 jaar bereiken. Mensen beseffen niet alleen dat ze langer zullen leven, maar ook dat ze niet meer uitsluitend kunnen rekenen op de overheid (eerste pijler) of de werkgever (tweede pijler) om van hun oude dag te genieten. Via het fiscaal pensioensparen (derde pijler) of het individueel sparen (vierde pijler) proberen ze de kloof tussen het laatste loon en de ambities na de pensionering te dichten.'*

**Jullie onderscheiden drie levensfasen bij de klanten: het leven voor het pensioen waarbij aan pensioenopbouw gedaan wordt, de actieve jaren na het pensioen (happy life) en de zorgeloze oude dag (long life).**

*Koen Depaemelaere: 'Klopt. De eerste fase na de pensionering situeert zich tussen 65 en 80 jaar en noemen we de happy life. Dertig jaar geleden was pensionering een syno-*

INTERVIEW





## Wie is Koen Depaemelaere?

- Is Head of Life, Savings & Protection bij AXA.
- Behaalde een master burgerlijk ingenieur aan de KULeuven en een MBA in management aan de Vlerick Business School.
- Werkte eerder bij Unibind, Banksys en Portima.
- Werd in 2006 verkozen tot 'Insurance Personality'.

niem voor een periode van rust. Dat is veranderd. Er ontstaat een tweede jeugd, waarbij mensen hun oude dag actief willen beleven. Ze willen genieten van hun herwonnen vrije tijd en deelnemen aan het sociale en culturele leven. Om hun dromen te realiseren, hebben ze natuurlijk ook geld nodig. Happy life speelt in op de wensen van deze jonggepensioneerden, die nog actief en gezond zijn. Het is een financiële oplossing, die het verschil tussen het laatste loon en het pensioen helpt op te vangen.'

**Met dit product wordt de kloof gedicht tussen de ambities van de gepensioneerde en de reële pensioeninkomsten die ze uit het wettelijk pensioen krijgen.**

*Koen Depaemelaere:* 'Op 65-jarige leeftijd komt het pensioenkapitaal beschikbaar uit de spaarproducten die via de overheid of de werkgever opgebouwd werden. AXA biedt oplossingen aan die de vrijgekomen

“ Terwijl vroeger grotere bedragen gespaard werden, zien we nu meer een tendens van recurrent of maandelijks sparen.

kapitalen opvangt en deze vertaalt naar maandelijksse rentes. De gepensioneerde krijgt een vervangingsinkomen dat aan zijn behoeften en ambities voldoet. Stel, je hebt een mooi kapitaal van enkele tienduizen-

den euro opgebouwd. 75 procent daarvan stop je in het product voor happy life en 25 procent voor long life. Deze producten zullen elke maand een gegarandeerde rente uitkeren gedurende die periodes, of de beurzen nu stijgen of dalen.'

**Vanaf het 80ste levensjaar begint dan long life, waarbij de focus ligt op de onafhankelijkheid van de oudere en de medische kosten.**

*Koen Depaemelaere:* 'Long life bevat de krijtlijnen van de bekommernissen van de klant na de actieve genietfase. Tijdens deze periode is de link met ouderdomsziekten en afhankelijkheid groter. Gedurende de long life probeert de oudere zo lang mogelijk op eigen benen te staan en een verblijf in het rusthuis of het ziekenhuis uit te stellen. Terwijl happy life vooral over het genieten en de tweede jeugd gaat, verschuift bij long life de focus op de bescherming van de onafhankelijkheid. In deze fase zijn voldoende maandelijkse middelen voor medische kosten belangrijk. Dit product heeft een gegarandeerde rente en wordt uitgekeerd tot het einde van het leven, of je nu 85, 95 of 100 wordt. Wie langer leeft, wordt langer uitbetaald, maar net zoals bij andere verzekeringen is dit gebaseerd op het solidariteitsprincipe.'

**Wat gebeurt er wanneer iemand voor zijn 80ste ziek wordt?**

*Koen Depaemelaere:* 'Onze producten houden daar rekening mee. Bij een incident worden de rentes toch uitbetaald. Stel, iemand krijgt kanker op zijn 75ste. Ook al bevindt hij zich nog in de fase van happy life, de rentes van de long life worden uitbetaald. Zo hoeft hij niet wakker te liggen van de financiële gevolgen en kan hij zich volop concentreren op het herstel.'

Meer info op [www.axa.be](http://www.axa.be)

EXPERT OVER:  
Langer leven en gezin

# Samen onder één dak

*Door de stijgende levensverwachting leven steeds meer verschillende generaties naast elkaar. Deze zogenoemde intergenerationele uitbreiding heeft een aanzienlijke impact op ons gezinsleven.*



Ouderen blijven langer zelfstandig op latere leeftijd, en dat bepaalt mee de relaties in het gezin. Dat is de mening van Ria Grommen, doctor in de psychologie aan de KU Leuven en oud-docente aan het Hoger Instituut voor Gezinswetenschappen. 'Gepensioneerden hebben vandaag eigen ambities en een druk sociaal en cultureel leven', zegt ze.

me relaties. De gemiddelde leeftijd bij een scheiding ligt rond 45,5 jaar. Maar ook ouderen kiezen er steeds vaker voor om een punt achter hun relatie te zetten. Ter illustratie: het aantal echtscheidingen bij vijftigplussers bedroeg vorig jaar ongeveer 8.000, wat neerkomt op een derde van alle ontbindingen. Zestigjarigen alleen vertegenwoordigen met 2.260 huwelijksbreuken 9 procent van het

“ Het lagere geboortecijfer en de dalende duurzaamheid van relaties hebben een impact op het gezinsleven.

Ria Grommen, dr. psychologie KU Leuven

'Onze langere levensduur is dus geen alleenstaand feit, maar is ingebed in een hele reeks van veranderingen. Niet alleen de toegenomen autonomie, maar ook de verhoogde mobiliteit en de opmars van multimedia spelen een belangrijke rol. Het lagere geboortecijfer en de dalende duurzaamheid van relaties hebben eveneens een impact op het gezinsleven.' Met bijna 25.000 echtscheidingen in 2013 scoort België slecht op het vlak van duurzaamheid.

totale scheidingspercentage. 15 procent treedt (opnieuw) in het huwelijksbootje na zijn vijftigste, en zestigplussers zijn goed voor ongeveer 5 procent van alle trouwers.

## Intensere beleving

Doordat we almaar ouder worden, leven er steeds meer verschillende generaties naast elkaar. Dit is niet alleen een maatschappelijk fenomeen, maar

het laat zich ook voelen in de gezinnen. 'Een viergeslacht was vroeger eerder uitzonderlijk', illustreert Ria Grommen. 'Maar vandaag leven vier generaties dikwijls naast of samen met elkaar. De toegenomen vitaliteit leidt bovendien tot een intensere beleving, bijvoorbeeld van de kleinkinderen. Dat versterkt de affectieve band in beide richtingen. Daarenboven leidt een multigenerationele samenleving tot meer solidariteit en wederzijdse hulpverlening. Een typisch voorbeeld: de grootouders vangen de kleinkinderen op, terwijl die hen wegwijs maken op de computer.'

Om de combinatie van autonomie en solidariteit te kunnen garanderen, is er nood aan een gepaste woonomgeving. Ria Grommen gelooft alvast in het concept van kangoeroewonen, waarbij oud en jong onder één dak huizen en toch een autonoom gezinsleven hebben. 'Dat hoeft niet noodzakelijk in eenzelfde familie te gebeuren', zegt ze. 'Binnen een kangoeroewoning kunnen ouderen ook perfect samenwonen met een ander jong gezin. Maar zoiets vergt natuurlijk een specifieke architectuur en ruimtelijke ordening. En hoewel de overheid naar mijn mening steeds meer oog heeft voor zulke alternatieve woonvormen, maakt de huidige infrastructuur dit vaak nog niet mogelijk.'

## Woonerven en 'buurtschap'

'Jongeren en ouderen wonen vandaag wel naast elkaar, maar de nabijheid alleen volstaat niet. Kijk maar naar de anonimiteit in vele appartementsblokken. Het is essentieel om een ruimte te creëren waar mensen elkaar kunnen ontmoeten. Door zo'n woonerf te voorzien in wijken waar meerdere generaties samenwonen, groeit er een vorm van 'buurtschap'. De ouderen staan zo dicht bij het leven, en kunnen bijvoorbeeld rekenen op hulp bij het buitenzetten van de vuilnisbak of het schoonmaken van de goot. De jongere generaties op hun beurt kunnen dan weer terugvallen op onder meer sociale controle en informele naschoolse opvang door de ouderen.'

EXPERT OVER:  
Langer leven en werk

## ‘Ik geloof sterk in een loopbaanrekening’

*De loopbaan van de 21ste eeuw is niet te vergelijken met die van onze ouders of grootouders. Het nieuwe model is individueel maatwerk, waarbij werknemers de vrijheid krijgen om zelf keuzes te maken. Een gesprek met Bart Buysse van werkgeversorganisatie VBO.*

**U**iteraard mogen we tevreden zijn dat we allemaal langer leven. Toch zit die demografische ontwikkeling ook druk op onze arbeidsmarkt en sociale zekerheid. Wat zijn de uitdagingen? Het dalend geboortecijfer (ontgroening), de vergrijzing (babyboomers die met pensioen gaan) en de verwitting (meer en meer hoogbejaarden). Bart Buysse, directeur-generaal van de werkgeversorganisatie VBO: ‘We leven niet alleen langer, we studeren ook langer. En toch stoppen we vroeger met werken. In België hebben we maar een effectieve loopbaan van gemiddeld 32 jaar. Die situatie moeten we toch aanpakken willen we een goed pensioen haalbaar en betaalbaar houden.’

**Loopbaan wordt maatwerk**

Carrières evolueren vandaag niet meer lineair. Weinig werknemers blijven nog hun hele leven bij één werkgever. Ook over die dynamiek moet gepraat en nagedacht worden. Want hoe gaan we werknemers betalen? Blijft anciënniteit een doorslaggevende factor in de verloning? Investeren in werknemers - jongere én oudere – via vorming is cruciaal, daar-

“Laat werknemers zelf hun loopbaan in handen nemen.

Bart Buysse, directeur-generaal VBO

over is iedereen het eens. Dat heeft alleen maar voordelen, ook voor werkgevers. ‘Ik pleit altijd voor een intergenerationele aanpak, waarbij men iedereen kansen geeft, ongeacht de leeftijd en mensen individueel aanspreekt en motiveert, zegt Buysse. ‘Mensen zijn nu eenmaal individuen en geen ‘generaties’.

Het nieuwe loopbaanmodel wordt volgens Buysse individueel maatwerk, waarbij medewerkers aangespoord worden om zelf meer keuzes te maken. Want wie meer impact heeft op zijn werk, is langer gemotiveerd. ‘Laat ze zelf hun loopbaan in handen nemen, maar laat ze daarvoor dan ook verantwoordelijkheid nemen. Nu bevatten ons arbeidsrecht en sociaal overleg nog te veel remmen en rigiditeiten, collectieve regelingen waar we vooral niet van durven af te wijken. Nochtans kun je net op dat individuele niveau tot heel goeie afspraken en oplossingen komen tussen werkgever en werknemer.’

Maar gaan we vandaag niet te veel uit van een Citroenloopbaan, waarbij jonge medewerkers zich in de eerste vijftien jaar van hun carrière te pletter werken, om daarna uitgerust weggegooid te worden? Buysse nuanceert: ‘Ik hou niet van die term, en geloof ook niet dat het zo effectief is. Uit heel wat nationale en Europese studies blijkt dat de Belg tevreden is met zijn job en carrière. We mogen niet vergeten dat we vandaag minder werken dan onze ouders en grootouders. We hebben in principe meer vrije tijd dan vroeger, alleen ervaren we dat niet altijd zo. Het grote verschil met vroeger is dat we nu continu mobiel bereikbaar zijn en veel meer verplichtingen en activiteiten kennen buiten het werk, in ons familiale, sociale en verenigingsleven, en dat heeft ook impact op het werk en het individu.’

**Loopbaanrekening**

Hoe kunnen we onze loopbaan organiseren als die langer duurt? Hoe houden we werknemers langer gemotiveerd? Bart Buysse: ‘Als je langer werkt, moet je af en toe gas kunnen terugnemen, om bijvoorbeeld kinderen op te voeden of hulpbehoevende ouders te verzorgen. Maar wel met de nodige verantwoordelijkheid voor de keuzes die men maakt en op basis van rechten die men opbouwt. Een meer onspannen loopbaan moet er immers ook toe leiden dat mensen effectief langer werken.’ Buysse gelooft sterk in de loopbaanrekening, een individuele rekening met meeneembare rechten, die mee door de werknemer wordt gefinancierd. Op voorwaarde dat ze de situatie vereenvoudigt en niet zorgt voor meer complexiteit, en de huidige stelsels van verloven en vormingsinspanningen vervangt en niet daar ‘bovenop’ komt.

‘De betrokkenheid van de werknemer is hier essentieel: hij draagt zelf een stuk verantwoordelijkheid voor het opsparen en besteden van de middelen, maar zal daardoor ook sterker gemotiveerd zijn om keuzes te maken en te waken over zijn loopbaan en inzetbaarheid’, besluit Bart Buysse.

EXPERT OVER:  
Langer leven en pensioen

# ‘Onze tweede pijler is onderontwikkeld’



“Het is belangrijk dat de jongere generaties het socialezekerheidssysteem blijven steunen.

Koen Vleminckx;  
adviseur-generaal FOD Sociale Zekerheid

## De werkgever kan mee bouwen aan de oplossing

De financiering van de toename van de pensioenuitgaven vergt gemiddeld langere en intensievere loopbanen. Koen Vleminckx van de FOD Sociale Zekerheid: ‘In onze kennismaatschappij is het dan ook noodzakelijk dat werknemers tijdens hun loopbaan regelmatig kans op bijscholing krijgen. Daarnaast moet er voldoende geïnvesteerd worden in goede en gezonde werkomstandigheden, die een langere carrière draaglijk maken. Bovendien moeten oudere werknemers reële kansen krijgen op de werkvloer. De verhoging van de wettelijke pensioenleeftijd kan mogelijk voor een mentaliteitsverandering zorgen: een vijftiger heeft in optimale omstandigheden nog heel wat productieve jaren voor de boeg.’

*Langer leven vraagt structurele hervormingen in het pensioensysteem. Welke maatregelen kunt u vandaag al nemen? En hoe houden we de pensioenen betaalbaar voor de jongere generaties?*

**O**nze levensverwachting stijgt met ongeveer twee maanden per jaar, en dat leidt uiteraard tot een toename van de pensioenuitgaven. ‘De fameuze ‘opa-boom’ (wanneer een groot aantal mannen op hetzelfde moment met pensioen gaat, nvdr) is een tijdelijk fenomeen’, zegt Koen Vleminckx, adviseur-generaal van de FOD Sociale Zekerheid. ‘Die laat zich vooral op korte termijn voelen, maar uiteindelijk zal het effect ervan verdwijnen. Vanaf 2040 verwachten we zelfs een omgekeerde nawerking, met een matigende impact op de pensioenuitgaven. Maar de invloed van de stijgende levensverwachting

is structureel: die bouwt zich geleidelijk op en loopt wellicht ook na 2040 gestaag door.’

‘De verlenging van onze levensduur gaat overigens niet automatisch gepaard met een langer leven in goede gezondheid. Daardoor komen ook de uitgaven voor de gezondheids- en ouderenzorg onder druk. Die gezondheidsuitgaven staan onder druk vanwege de technologische innovatie en nieuwe consumptiepatronen. Ze slorpen samen met de pensioenuitgaven een steeds groter aandeel op van de socialezekerheidsuitgaven. Op lange termijn moeten die opgevangen worden door structurele hervormingen, onder-

meer in het pensioensysteem.’ De aangekondigde verhoging van de pensioenleeftijd naar 67 jaar tegen 2030 is daar een onderdeel van. Die moet, samen met andere hervormingsmaatregelen, ook een betaalbaar en adequaat pensioensysteem voor de jongere generaties waarborgen.

### Maatschappelijke keuze

Pensioenhervorming blijft een maatschappelijke keuze. ‘Als het beleid niets doet, zullen de hogere pensioenuitgaven de marges voor andere vormen van sociaal beleid verkleinen’, meent Vleminckx. ‘Je kunt kiezen voor bijkomende financiering,

maar ook daar zijn de marges economisch en maatschappelijk beperkt. In ons repartitiesysteem (waarin werkenden pensioenbijdragen betalen voor wie al gepensioneerd is, nvdr) is het belangrijk dat de jongere generaties het socialezekerheidssysteem blijven steunen. De Commissie Pensioenhervorming 2020-2040 heeft bij de formulering van haar voorstellen nadrukkelijk rekening gehouden met het intergeneratie-evenwicht.’

‘De tweede pijler van ons pensioensysteem, die door werkgevers gefinancierd wordt, is in België nog altijd onderontwikkeld. Nochtans versterkt dit onderdeel al de koopkracht van een niet onbelangrijke groep gepensioneerden. De tweede pijler zou, in het bijzonder voor de jongere generaties, wel eens een belangrijkere rol kunnen gaan spelen. Die kan namelijk helpen om de stijging van de pensioenuitgaven door de hogere levensverwachting op te vangen.’

EXPERT OVER:  
Langer leven en levensstijl

# Een lang leven in een gezond lichaam

*We leven langer, maar leven we ook gezonder? We zijn er alleszins heel druk mee bezig.*

**W**e hebben met zijn allen dus nog een lang leven voor de boeg. En die vaststelling is niet zonder gevolgen. Onze levensstijl is drastisch veranderd. Jezelf afjakkeren tot het gaatje en op je 65ste moe in je luie stoel ploffen? Dat is verleden tijd. We nemen tijd voor onszelf en onze familie, we lassen een carrièrepauze in, we maken verre reizen. En we gaan ook bewuster om met ons lichaam. Meer sporten, gezond eten, actiever leven, ... Dat laatste kan heel ruim zijn. Meer en meer mensen gaan weer studeren, of stappen in het verenigingsleven. 'Een vijftigplusser heeft vandaag een veel groter netwerk van vrienden, collega's en studiegenoten dan zijn eigen ouders, ook via de sociale media', weet trendwatcher Herman Konings. 'De kans is dus veel groter dat hij van 'peers' of leeftijdsgenoten negatieve berichten krijgt over ziekte en doodgaan. Zo'n onheilstijding is voor hem het ultieme waarschuwingssignaal om meer aandacht te besteden aan zijn eigen gezondheid.' En daar spelen commerciële spelers gretig op in. Konings: 'Ze beloven ons allemaal gezondheid, inclusief superfoods, antioxidanten, en omega 3-vetzuren. Er is een hele industrie die zich op

toch voor onszelf. Vandaag leggen we ons lot ook veel minder in de handen van God. 'Het valt op hoe veel veertigers en vijftigers nadenken over levensstijl en gezondheid. Ze lopen, fietsen,... Het verklaart ook het succes van kookprogramma's en –boeken rond gezonde voeding. En technologie die onze gezondheid op de voet volgt vliegt de deur uit. Dat kan een app zijn om je bloeddruk te meten, of een die je waarschuwt wanneer je je medicijnen moet nemen.' De EU denkt dat die technologie grote besparingen kan opleveren, dankzij de snellere diagnoses. Bovendien komt de focus meer te liggen op voorkomen in plaats van genezen. En besparen gezondheidsmedewerkers 30 procent tijd bij het verzamelen en analyseren van data.

Doordat we langer leven, kunnen we in ieder geval langer genieten. Senioren zijn actiever dan ooit: ze reizen, sporten, spelen met de kleinkinderen. Maar door de toegenomen levensverwachting stijgt ook het aantal chronisch zieken. Dat zal ook een revolutie ontketenen in de rust- en verzorgingstehuizen. Toekomstige rusthuisbewoners zullen veeleisen-

der zijn, als het over voeding gaat, maar ook bijvoorbeeld over communiceren met mobiele speeltjes.

## Babyboomers spenderen meer

We leven dus langer. Maar heeft dat ook een impact op de levensstijl van de dertigers en generatie Y? 'Twintigers en dertigers hebben vaak hoger onderwijs gevolgd en zijn heel goed op de hoogte van de effecten van een ongezonde levensstijl', weet Herman Konings. 'Maar leven ze daarom gezonder? Ze kampen met meer onzekerheid en stress in een competitieve diensteneconomie. Stress is een sluipmoordenaar, en misschien zelfs dodelijker dan ongezonde voeding.'

De onzekerheid over hun wettelijk pensioen zorgt er ook voor dat jongeren steeds vroeger beginnen met pensioensparen. 'Hun ouders hebben 2,5 keer zoveel spendeervermogen dan de generatie ervoor. Maar omdat ze langer leven, zullen ze ook veel meer uitgeven aan hun gezondheid. En dat knabbelt aan het financieel vermogen van toekomstige generaties.'

“Toekomstige rusthuisbewoners zullen veeleisender zijn.

Herman Konings,  
trendwatcher

gezondheid focust. Maar die zwenfelt ook de angst aan. Je zou kunnen zeggen dat we lijden aan een soort gezondheidsangst.'



© Maarten De Bouw

## Maakbare gezondheid

We evolueren naar een 'maakbare' gezondheid, meent Herman Konings. Of we creëren die illusie



© Shutterstock

“ Je dient je huidige balans werk-privé niet alleen goed te bewaken, maar je moet ook proactief handelen.

Tim Vermeire,  
Business Manager Attentia

## Op zoek naar de optimale balans

*Zolang mogelijk gezond blijven is de ambitie van ieder individu, maar voor velen gaat een stijgende levensverwachting helaas gepaard met een afnemende levenskwaliteit. Bewuster leven en de juiste keuzes maken zijn dan ook essentiële ingrediënten. En ook het ‘waarom’ van die keuzes is een belangrijk aandachtspunt.*

**G**ezondheid, welzijn en vitaliteit zijn actuele thema's in zowat elke subcultuur van onze maatschappij. 'Gezondheid wordt vaak ervaren als een medische toestand, maar het is eigenlijk een veel ruimer begrip', zegt Tim Vermeire. Hij is Business Manager bij Attentia en beheert onder andere het vitaliteitsprogramma. 'Welzijn situeert zich op drie niveaus: mentaal, fysiek en sociaal. Die drie pijlers bepalen samen onze gezondheidsbeleving.' 'Je moet de juiste balans vinden tussen die dimensies. Kortom: streven naar een gezonde geest in een gezond lichaam in een gezonde omgeving. De optimale balans verschilt naargelang

van de levensfase waarin je je bevindt. Voor een jonge vrouw die bijvoorbeeld pas bevallen is, primeert wellicht het fysieke element. Maar voor haar buurman, die onlangs een carrièresprong maakte, zorgt de hoge werkdruk waarschijnlijk voor een mentale uitdaging. Het is erg belangrijk dat je dit beseft én er correct mee om gaat. Dat betekent concreet: afhankelijk van je levensfase bepaalde accenten leggen.'

### **Kiezen is complex**

Bewuster leven en de juiste keuzes maken zijn dus essentiële elementen in de zoektocht naar een gezond, lang leven. Maar keuzes maken is volgens Vermeire complex geworden, vanwege

een almaar ruimer wordend activiteitenpalet. 'Bovendien vraagt ook het 'waarom' van je keuzes aandacht', zegt hij. Hoeveel mensen sluiten niet met de beste bedoelingen een fitnessjaarabonnement af, om er vervolgens na drie maanden de brui aan te geven? Vaak ligt een foute reden van hun keuze aan de basis. Wil je sporten om er beter uit te zien, om je hoofd vrij te maken, of voor de sociale contacten? Bepaal op voorhand vanuit welke waarde je een bepaalde keuze maakt.' 'Ook de balans werk-privé speelt een belangrijke rol in dit verhaal. De druk op het bedrijf en de werknemer wordt almaar groter, en het streven naar het juiste evenwicht is dan ook een gedeelde verantwoordelijkheid. Steeds meer bedrijven beseffen vandaag gelukkig dat er wel degelijk een link is tussen gezondheid en prestaties op de werkvloer. Je kunt de balans werk-privé eigenlijk beschouwen als communicerende vaten, waarbij via verschillende kraantjes druk afgelaten kan worden. De rol van de werkgever is detecterend, adviserend en initieërend. De werknemer zelf heeft eerder een activerende verantwoordelijkheid.'

### **Proactief handelen**

Het optimale evenwicht tussen werk en gezin verschilt ook naargelang van de levensfase. Een vijftiger met kinderen die het huis uit zijn streeft wellicht naar een andere balans dan een dertiger die

“ Werkgevers hebben een detecterende, adviserende en initiërende rol.

zonet vader van een tweeling werd. Tim Vermeire: 'Je dient je huidige balans werk-privé niet alleen goed te bewaken, maar je moet ook proactief handelen. Met andere woorden: tracht in te schatten hoe je situatie er binnen vijf jaar zal uitzien, en stuur het evenwicht tijdig bij. Dat gebeurt nog veel te weinig, wat leidt tot burn-outs. Al zijn die ook vaak het gevolg van te hoge verwachtingen.'

# Onderzoek in een hersenlaboratorium

*Om hersenziektes doeltreffend te behandelen, moeten we de werking van de hersenen beter begrijpen. Daarrond draait het onderzoek van professor Pierre Vanderhaeghen, hoogleraar aan de ULB en hoofd van het Instituut voor Neurowetenschappen. Dat onderzoek wordt mogelijk gemaakt door de permanente leerstoel die gefinancierd wordt door het AXA Research Fund.*

In een snel vergrijzende maatschappij zoals de onze is dat onderzoek een

absolute must.

Mensen van de 3de en 4de leeftijd worden vaker door neurologische ziektes getroffen.

Een lever en een hart kunnen we herstellen.

Maar een fout in de hersenen? Dat balanceert op de grens van ons wetenschappelijk kunnen.

Goed leven is gezond leven. Maar hoe ouder u wordt, hoe groter het risico op neurologische ziektes: Alzheimer, Parkinson, multiple sclerose, enzovoort. Het is dus een enorme uitdaging om ervoor te zorgen dat onze hersenen zo lang mogelijk gezond blijven. Daarom financiert het AXA Research Fund het onderzoek van professor Vanderhaeghen en zijn team met 3 miljoen euro via een leerstoel die specifiek onderzoek verricht naar die aandoeningen. De meest recente verwezenlijking? In een laboratorium werd een 'menselijk model' ontwikkeld, een cultuur van neuronen, van zenuwcellen in onze hersenschors. Daar zit het centrum van onze 'hogere hersenfuncties', zoals intelligentie, bewustzijn, enzovoort. Het zijn vooral die cellen die veranderen bij de neurodegeneratieve ziekte Alzheimer of tijdens een beroerte.

“ Ervoor zorgen dat onze hersenen zo lang mogelijk gezond blijven, is een enorme uitdaging.

Pierre Vanderhaeghen, professor ULB

Dit is een veelbelovende vooruitgang, vergeleken met de dierlijke modellen die tot nu beschikbaar waren. 'Onderzoekers die kunstmatig neurologische ziektes bij dierlijke cellen analyseren, stellen vast dat bepaalde aspecten



of verlies van verbanden, noch vernauwing van de hersenen. Nochtans zijn die typisch voor de ziekte bij de mens. Omdat de ziekte zich dus fundamenteel anders gedraagt afhankelijk van de soort, is de studie van de menselijke cellen uiterst belangrijk.

## Als in een crime scene...

'In ons menselijk model lijkt ons werk op dat van rechercheurs op de plaats van een delict. Om de schuldigen te vinden reconstrueren we de omstandigheden; je zou kunnen zeggen dat we de 'film herspelen'. Door de diepere oorzaken te identificeren komen we dicht bij een behandeling. Want voor een efficiënte behandeling moeten we het probleem bij de wortels aanpakken.'

We dromen van een transplantatie van zenuwcellen om zieke hersenen te 'herstellen'. Maar professor Vanderhaeghen waarschuwt: 'Daar is nog jaren onderzoek voor nodig. Eerst moeten we aantonen dat zulke operaties de gewenste resultaten opleveren. De laboratoriumgegevens zijn veelbelovend. Maar het valt nog te bezien hoe de wisselwerking tussen de 'nieuwe' cellen en de oude hersenen zal gebeuren. En we moeten ook nagaan welke risico's daaraan verbonden zijn.'

van de pathologie zich daar niet voordoen', zegt professor Vanderhaeghen. Bij Alzheimer bijvoorbeeld, vertonen muizen geen belangrijk neuronaal verlies

## Het engagement van AXA rond het onderzoek

Professor Vanderhaeghen is titularis van de permanente leerstoel Neurowetenschappen en Levensduur, die voor 3 miljoen euro gefinancierd wordt door het AXA Research Fund. Hersenaandoeningen in de ruime zin van het woord (Alzheimer, Parkinson, autisme,

depressie, epilepsie, migraine, mentale en motorische handicaps) treffen meer dan 100 miljoen mensen in Europa. Zij vertegenwoordigen een jaarlijkse kostprijs van 400 miljard euro. Via 432 projecten over de hele wereld (waarvan 14 in België, onder meer rond allergieën, bisfenol

A, infectieziekten, enzovoort) financiert het AXA Research Fund wetenschappers die werken aan meer kennis en de preventie van risico's die verband houden met het milieu, het menselijk leven of de maatschappij.

Meer info:  
[www.axa-research.org](http://www.axa-research.org)

# blijf uw leven beleven ook tijdens uw pensioen

profiteer dit jaar nog van  
interessante fiscale voordelen!

 **many lives**

bereid vanaf vandaag uw pensioen voor op  
[www.axa.be/pensioenopbouw](http://www.axa.be/pensioenopbouw) of met  
uw AXA Bankagent of verzekeringsmakelaar

Creditphoto: OLA RINDAY

[www.axa.be](http://www.axa.be)

AXA Belgium, NV van verzekeringen toegelaten onder het nr. 0039 om de takken leven en niet-leven te beoefenen (KB 04-07-1979, BS 14-07-1979) bij de Nationale Bank van België, gevestigd op de Berlaimontlaan 14 te B-1000 Brussel  
Maatschappelijke zetel: Vorstlaan 25 - B-1170 Brussel (België)  
KBO nr.: BTW BE 0404.483.367 RFR Brussel

verzekeringen /  
**anders bekeken**

